

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL MOTIVATION IN THE ACTIVITIES OF FEMALE MILITARY PERSONNEL

Paxratdinova Aruxan Kerimberdiyevna

Republic of Uzbekiston

Annotation: In our article we talked about the adaptation of female servicemen to professional activities, the provision of mental relief and motivational exercises.

Key words: youth, their support, gender equality, service of women servicemen, psychological motivation, relaxation exercises, adaptation to professional activity.

Yurtimizda o'sib kelayotgan yosh avlod o'zlari erkin kasb tanlab, xalqimiz uchun xizmat qilmoqda. Bu yo'lda mamlakatimizdagi xotin-qizlarimiz ham er-yigitlar bilan tengdek armiya saflarida xizmat qilmoqda. Xotin-qizlarimiz bilan er-yigitlarning teng huquqliligi bosh qomusimiz konstitutsiyamizda ham belgilab ko'rsatilgan¹. Shu sababdan, xotin-qizlarimiz Milliy armiyamiz saflariga qabul qilinib, faoliyat yuritmoqda. Ayollarning armiya saflarida xizmat qilishi mamlakatimizda xotin-qizlarning erkin kasb tanlashiga, faoliyat yuritishga bo'lgan alohida e'tibordan darak beradi. Kasbiy faoliyat tushunchashiga to'xtar ekanmiz, tadqiqotchi olimlar shunday fikr bildiradi: "Faoliyat esa-o'z-o'zidan insonning hohish istagidan kelib chiqib kasb tanlashi bilan davom etadi. Harbiy faoliyatda ham xotin-qizlarning faolligini oshirish maqsadida qator ishlar amalga oshirilmoqda. Ularni kasbga moslashtirish va yetuk mutaxassis etib tarbiyalash uchun alohida e'tibor qaratilmoqda."²

Barchamizga ma'lumki, harbiy xizmat tinimsiz ish faoliyati bilan bog'likdir. Bu holat esa ayol harbiy xizmatchilarda zo'riqish holatini keltirib chiqarishi tabiiy. Ayol harbiy xizmatchilarning xizmat faoliyati samaradorligini oshirish maqsadida, harbiy psixologlar tomonidan ularga psixologik motivatsiyalar berish o'rinlidir. "Motivatsiya" so'zining ma'nosi-inson faoliyatida muayyan maqsadni bajarishga sabab bo'luvchi omil, shaxsni harakatga va faoliyatga undovchi, ehtiyojning yuksak shaklida paydo bo'luvchi ichki turtki hisoblanadi.³

Demak shunday ekan, harbiy psixolog tomonidan 14-16 nafar ayol harbiydan iborat guruh tuzulib, interfaol mashqlar o'tiladi. Mashqlar yordamida ayol harbiy xizmatchilarning diqqati bir joyga jamlanganidan so'ng, "Hayotning baxtli daqiqalari" mashqi bajariladi. Mashqning bajarilish tartibi quyidagicha:

"Mashgulotning borishi: Hayotingizdagi 2-3ta baxtli daqiqalarni shuningdek baxt kulib boqqan vaqtlarni eslang. Varaqqa voqeani yozing va u bilan bog'liq yodingizda qolgan predmetlar va vaziyatlarni tavsiflang. Endi esa nima bo'lganini so'zlab bering. Uni ro'lli ijro etishingiz mumkin.

Muhakama: Ushbu sahna ko'rinishini kuzata turib (yoki hikoyani eshitib) o'zingizni qanday hayotiy vaziyatlaringiz haqida esladingiz? Qanday kechinmalarni?⁴

Ushbu metod orqali ayol harbiylar hayotidagi baxtli damlarni qog'ozga bitishdi. Harbiy psixolog tomonidan harbiylarning baxtli onlari kimdir farzandli bo'lganini, unvon olganini, musobaqalarda g'olib bo'lganini, munosib turmush o'rtoq bilan oila qurganini tushunishini va hokazo holatlarni yozib ko'rsatgani kuzatildi. Ular o'zlari yozgan fikrlarni so'zlab berayotganda ko'zlari quvonchdan porlab ta'sirlanganining guvohi bo'ldik.

¹ O'zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi., Toshkent-2017; 46-modda

² Рустамбаев М.Х., Мухаммедиев Н.Е., Абдухаликов С.О., Миллий гвардия хизматчилари (ходимлари)нинг касб этикаси., Дарслик., Т., 2019 йил бет-67

³ www.wikipedia.org

⁴ Бекназарова А., Махмудова М., Шодиев Б., "Ижтимоий-психологик тренинг" (Услубий кулланма), Тошкент-2016., бет-95

Bundan so`ng psixolog tomonidan “Osmondagi yulduz ol” relaktsion mashqi o`tkazildi: “O`rningizdan turing, oyoqlaringizni yelka kengligida qo`ying. Qo`llaringizni boshingiz uzra ko`taring va ko`proq balandga cho`zishga harakat qiling. Endi o`ng qo`lingizni, keyin chap qo`lingizni navbatma-navbat osmondan yulduz uzayotgandek tasavvur qilib qo`lingizni cho`zing. Tanangizni yo`qori qismi yelkalarigizning qanday uzunlashayotganini his qiling. Bu harakatni ikki uch bora takrorlang. Bir tekis va chuqur nafas oling.”⁵ Ushbu relaktsion mashq ham harbiy psixolog tomonidan bajartirildi.

Bunda ayol harbiylar faollik bilan ishtirok etishdi va o`zlari istagan orzulariga yetishga chin yurakdan talpinishdi. Trening yakunida ayol harbiy xizmatchilar o`zlarida ruhiy tetiklikni sezishganini, charchoq hissi butunlay yo`qolganini va xizmat qilishga degan, hayotga degan ishtiyoqi yanada ortganini bildirishdi. Harbiy psixolog mashg`ulot jarayoni orqali o`zi ko`zlagan maqsadiga yetishdi.

Harbiy psixolog tomonidan ayol harbiy xizmatchilarga ruhiy yengillik bag`ishlash, ularga motivatsiya berish, ularning xizmat faoliyatini to`g`ri tashkil etishga yo`naltiruvchi bundan boshqada ko`plab mashqlar o`tkazish mumkin. Bu psixologning ish tajribasidan kelib chiqadi. Hulosa qilib aytganda, ayol harbiy xizmatchilarga psixologik yordam ko`rsatish, xizmat faoliyatiga moslashtirish masalasi o`rganilishi kerak bo`lgan masalalardan biri bo`lib qolaveradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. O`zbekiston Respublikasi Konstitutsiyasi., Toshkent-2017; 46-modda
2. Рустамбаев М.Х, Мухаммедиев Н.Е, Абдухаликов С.О., Миллий гвардия хизматчилари (ходимлари)нинг касб этикаси., Дарслик., Т., 2019 йил бет-67
3. www.wikipedia.org
4. Бекназарова А., Махмудова М., Шодиев Б., “Ижтимоий-психологик тренинг” (Услубий кулланма), Тошкент-2016., бет-95-96

⁵ Бекназарова А., Махмудова М., Шодиев Б., “Ижтимоий-психологик тренинг” (Услубий кулланма), Тошкент-2016., бет-96